

Kin San Tai Chi Academie

Maak kennis met Tai Chi

GRATIS OPEN DAG EN PROEFLESSEN

Open dag

Zondag 8 september 12.00-16.00 uur

Vergeet-mij-Nietjestraat 4

1338 SE Almere Buiten

Proefflessen

Maandag 2 en 9 september 19.00-20.00 uur

Lierstraat 17

1312 JZ Almere Stad

*Ervaar het zelf: kom naar een proefles of open dag.
Het is gratis en vrijblijvend, vooraf aanmelden niet nodig.*

Tai Chi: gezond!

Tai Chi is een eeuwenoude Chinese bewegingskunst. Master Moy Lin-Shin, een taoïstische monnik uit China, staat aan de wieg van onze vorm van Tai Chi. Master Moy baseerde zijn Tai Chi op diverse martial arts disciplines. Kin San Tai Chi bevordert een gezond lichaam en een gezonde geest.

Ervaar de positieve kracht van Kin San Tai Chi:

- Reduceert stress
- Oefent lichaam en geest
- Houdt je gezond en in balans
- Maakt spieren en gewrichten soepeler
- Verbeterd concentratie en conditie

Tai Chi is bewegend mediteren; een zachte totaaloefening die door iedereen beoefend kan worden.



START NIEUWE KLASSEN

16, 17 en 19 september

Maandag 19.00-20.30 uur

Gymzaal Lierstraat 17

1312 JZ Almere Stad

Dinsdag 19.30-21.00 uur

Gymzaal Vergeet-mij-Nietjestraat 4

1338 SE Almere Buiten

Donderdag 13.30-15.00 uur

Gymzaal Ravelplantsoen 7

1323 ET Almere Stad

Hanneke Verduyn

T 06 44570694

E j.m.verduyn@planet.nl

(Classes partly English spoken)



www.facebook.com/kinsantaichi

www.kinsantaichi.nl